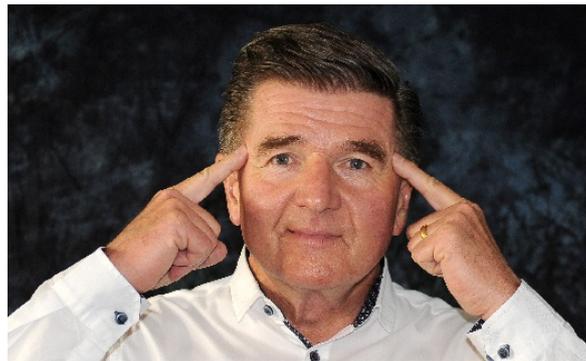


Fortbildung 2025 – Mentaltraining für Sportler

„Gewonnen wird im Kopf“



mit

Clemens Maria Mohr

Experten schätzen heute, dass im Sport 70 % im Kopf entschieden wird! Natürlich muss ein Athlet auch „normal“ trainieren, aber wenn es drauf ankommt, spielt eben der Kopf eine entscheidende Rolle.

Wer kennt nicht die so genannten „Trainingsweltmeister“, die im Training alles können, aber im Wettkampf allzu oft versagen. Der Grund: Stress und der Leistungsdruck machen ein Ausschöpfen der Potenziale unmöglich. Beides sind aber mentale Faktoren, die bei entsprechendem Training auch in diesem Bereich den Erfolg möglich machen.

- Aber was bedeutet „Kopf“?
- Wie kann man „mental gut drauf“ sein?
- Wie geht das mit dem „im Kopf gewinnen“?

Antworten auf diese Fragen gibt Ihnen auf unterhaltsame, humorvolle und interaktive Art der Vortrag von Clemens Maria Mohr.

Zum Referenten:

Clemens Maria Mohr (Jg. 1960) ist Diplom-Sportwissenschaftler und Mentaltrainer. Er ist seit 1990 selbständig als Trainer im Hochleistungssport und im Management. Athleten, mit denen er gearbeitet hat, sind schon mehrfach Weltmeister und Olympiasieger geworden.

Nähere Infos unter www.ClemensMariaMohr.de

Veranstalter:	Vorarlberger Leichtathletikverband
Datum:	Donnerstag, den 13. November 2025 , um 19:00 Uhr.
Ort:	Sportgymnasium Dornbirn, Höchsterstraße 73b
Anmeldung:	ausschließlich per eMail an bernd.marent@vlv-la.at bis 08.11.2025
Zielgruppe:	Athletinnen/Athleten, Trainerinnen/Trainer & Eltern
Preis:	Trainerinnen/Trainer u. Eltern € 10,- (Athlet:innen sind frei)
Anrechnung:	Diese Fortbildung wird im Umfang von 2 Unterrichtseinheiten für die Bildungsprämie angerechnet
